

Schutzkonzept Covid-19

Ersetzt die bisherigen Weisungen

Januar 2022


Coronavirus **SO SCHÜTZEN WIR UNS.** Aktualisiert am 3.12.2021

JETZT UNBEDINGT BEACHTEN: **Impfen lassen.**

Kontakte minimieren. **Maske tragen.**

Abstand halten. **Regelmässig lüften.** **Hände waschen oder desinfizieren.** **Bei Symptomen testen lassen.** **Wenn möglich Homeoffice.**

www.bag-coronavirus.ch Regeln können kantonal abweichen.

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP



SwissCovid App
Download

download

Inhaltsverzeichnis

Ausgangslage	4
Ziele der Schutzmassnahmen	4
Massnahmen und Weisungen	4
Allgemeine Hygiene- und Distanzregelungen	5
Persönlicher Schutz	5
Masken 5	
Besuche	5
Personelles	6
Besonders gefährdete Personen	6
Dienstplanung	6
Verpflegung von Mitarbeitenden	6
Pausen Mitarbeitende	6
Anstellung neuer Mitarbeitender	6
Betrieb Wohngruppen	7
Verpflegung der Kinder und Jugendlichen	7
Maskentragpflicht	7
Besuche	7
Wäsche	7
Rückkehr Wochenenden und Ferien	7
Betrieb Schule	8
Einrichtung in den Klassen	8
Pausen	8
Sportunterricht	8
Verweigerung der Schutzmassnahmen	8
Bezug Schutzmaterialien	8
Infrastruktur	9
Küche	9
Sekretariat	9
Reinigung	9
Visualisierung Hygiene- und Distanzregelungen	9
Pädagogische Prozesse	9
Anfragen	9
Eintritte	9

Berufsintegration.....	10
Personentransporte.....	10
Anlässe und Besprechungen	10
Anlässe.....	10
Lager	10
Ausflüge.....	10
Sitzungen.....	10
Standortbesprechungen.....	10
Testungen.....	11
Im Falle einer Erkrankung	11
Vorgehen bei Tests.....	11
Begleitung zum Test	11
Vorgehen bei einer Erkrankung.....	11
Isolation im Schulinternat Heimgarten.....	11
Vorgehen im Falle einer Quarantäne	12
Mitarbeitende	12
Wichtige Kontakte.....	12
Allgemeine Informationen	14
Übertragungswege.....	14
Derzeit bekannte Hauptübertragungswege des neuen Coronavirus	
• Bei engem und längerem Kontakt: Wenn man zu einer erkrankten Person länger als 15 Minuten weniger als 2 Meter Abstand hält.	
• Durch Tröpfchen: Niest oder hustet die erkrankte Person, können die Viren direkt auf die Schleimhäute von Nase, Mund oder Augen anderer Menschen gelangen.	
• Über die Hände: Ansteckende Tröpfchen aus Husten, Niesen oder von kontaminierten Oberflächen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen in Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt.	
Daher basieren die Präventivmassnahmen auf den Grundsätzen der Hygiene, dem Abstand halten und der Isolation von Erkrankten.	
14	
Krankheitssymptome.....	14
Empfehlungen nach Kontakt mit einer Angesteckten Person	14
Besonders Gefährdete Personen.....	15
Weitere Informationen	16

Gültig ab: Januar 2022

Ausgangslage

Das Schulinternat Heimgarten übernimmt mit ihrem Auftrag eine systemrelevante Aufgabe. Dadurch ist es in Zeiten des Covid-19 besonders exponiert. Sie hat ihre Leistungen auch bei Infektionen aufrecht zu erhalten und sowohl Mitarbeitende als auch Schüler zu schützen. Entsprechend bedarf es Schutzmassnahmen, welche dieser Ausgangslage gerecht werden.

Ziele der Schutzmassnahmen

- Das Risiko von Übertragungen im Schulinternat Heimgarten wird auf ein Minimum reduziert.
- Der Betrieb kann in jedem Fall aufrechterhalten werden.
- Sämtliche Mitarbeitenden sind aufgrund der Voraussetzung in der Lage, notwendige Massnahmen zu ergreifen, um sich im Arbeitsalltag bestmöglich zu schützen.

Massnahmen und Weisungen

Die Massnahmen im Schulinternat Heimgarten beruhen auf den Erkenntnissen, Empfehlungen und Weisungen des Budensamtes für Gesundheit, den zuständigen Behörden des Kantons Zürich sowie arbeitsrechtlichen Aspekten.

Anpassungen der im Heimgarten geltenden Massnahmen werden im Leitungsteam besprochen und beschlossen. Die Hier festgehaltenen Massnahmen sind für sämtliche Personen, welche sich auf dem Areal des Schulinternats Heimgarten bewegen **verbindlich**.

Allgemeine Hygiene- und Distanzregelungen

- Der Abstand von 1.5 Metern zwischen zwei Personen wird eingehalten
- Hände werden häufig und entsprechend der Anleitung gewaschen
- Die Maske wird da wo eine Pflicht besteht getragen
- Räume werden regelmässig gelüftet (bei Sitzungen alle 30 Min.)
- Oberflächen werden mind. 1 Mal täglich, häufig benutzte Oberflächen mehrmals täglich desinfiziert
- Auf Händeschütteln wird verzichtet
- Die Maximale Nutzerzahlen der Räumlichkeiten sind zu beachten

Persönlicher Schutz

Der persönliche Schutz steht an erster Stelle. Es ist wichtig, sich selbst zu schützen und die empfohlenen Massnahmen konsequent umzusetzen und darauf zu bestehen, dass die Umsetzung respektiert wird.

Sämtliche Mitarbeitenden sind angewiesen die hier aufgeführten Massnahmen strikte einzuhalten.

Es wird allen Mitarbeitenden empfohlen sich impfen zu lassen.

Masken

Im Schulinternat Heimgarten gilt für sämtliche Personen in allen Räumlichkeiten eine Maskentragpflicht. Bei Einzelarbeitsplätzen kann davon abgesehen werden sofern der Raum regelmässig gelüftet wird und sich keine weitere Person im Raum befindet.

Das Schulinternat Heimgarten stellt Masken zur Verfügung. Bei privat bezogenen Masken ist darauf zu achten, dass diese zertifiziert sind. Die Maske ist nach 5 Stunden Benutzung zu wechseln und fachgerecht zu entsorgen oder zu waschen.

Besuche

Besuche von Personen mit einem Bezug zum Schulinternat Heimgarten sind, sofern die hier festgehaltenen Massnahmen eingehalten werden, erlaubt.

Schule, Wohngruppen und das Haupthaus (Sekretariat) führen eine Besucherliste. Diese ist von besuchenden Personen auszufüllen. Sie enthält:

- Name, Vorname
- Ankunfts- und Abreisezeit
- Kontaktangaben (E-Mail / Telefon)

Personelles

Besonders gefährdete Personen

Mitarbeitende welche der Gruppe besonders gefährdeter Personen angehören, werden bei Möglichkeit mit Arbeiten betraut, bei welcher sie möglichst keinen Kontakten ausgesetzt sind. Ist dies nicht möglich, ist zu klären, welche Massnahmen zur Sicherheit der Person getroffen werden müssen. Die Regelungen der Zusammenarbeit werden in einer Vereinbarung festgehalten. Dabei werden die Weisungen der Behörden umgesetzt.

Die Zugehörigkeit zur Gruppe von besonders gefährdeten Personen muss durch ein ärztliches Attest ausgewiesen und durch die Stiftung bestätigt werden.

Dienstplanung

Bei der Dienstplanung ist darauf zu achten, dass es auch innerhalb eines Teams zu möglichst wenig Durchmischung kommt. Es ist darauf zu verzichten, ein gesamtes Team zur gleichen Zeit für eine längere Phase am gleichen Ort einzusetzen.

Verpflegung von Mitarbeitenden

Den Mitarbeitenden wird am Mittag weiterhin eine Verpflegung angeboten. Mitarbeitende können während dem Essen am Tisch die Maske abziehen. Gegessen wird nur an den Gedeckten Plätzen. Es ist nicht erlaubt ein Gedeck zu verschieben.

Pro Tisch (3 Tische zusammen) sind maximal 4 Personen erlaubt. Die Tische stehen mindestens 3 Meter voneinander entfernt. Im gesamten Saal dürfen sich zu Mahlzeiten max. 25 Personen aufhalten. Reicht das nicht aus, ist auf andere Räumlichkeiten auszuweichen.

Beim Schöpfen wird die Maske getragen, auf den Abstand geachtet und die Hygienemassnahmen eingehalten.

Vor und nach den Mahlzeiten sind die Räumlichkeiten ausgiebig zu lüften.

Pausen Mitarbeitende

Pausen können im Saal und im Vorraum sowie im Lehrerzimmer verbracht werden. Für die Pausen gelten dieselben Bestimmungen wie für die Verpflegung. Die maximale Anzahl Personen in einem Raum betragen ausser dem Saal 5 Personen, sofern die Distanz von 2 Meter von Person zu Person eingehalten werden kann. Die Maske darf nur im Sitzen und beim Konsum von Getränken oder Esswaren abgezogen werden.

Anstellung neuer Mitarbeitender

Bewerbungsgespräche, Schnuppereinsätze etc. können unter Berücksichtigung der bestehenden Massnahmen umgesetzt werden. Für BewerberInnen gelten die Regelungen für BesucherInnen.

Betrieb Wohngruppen

Verpflegung der Kinder und Jugendlichen

Die Kinder und Jugendlichen werden in den Wohngruppen verpflegt. Bei der Verpflegung ist auf die Einhaltung der Hygiene und Distanzregelungen zu achten.

Die Essensausgabe geschieht durch eine Aufsichtsperson.

Dach dem Essen werden die Tische und Wärmeboxen desinfiziert sowie der Raum gelüftet. Mahlzeiten werden durch Mitarbeitende in der Küche abgeholt und das Geschirr durch sie zurückgebracht.

Maskentragpflicht

In den Wohngruppen gilt wie in allen Gebäuden die Maskenpflicht, wenn ein Abstand von 1.5 Metern nicht eingehalten werden kann.

Besuche

Kinder und Jugendliche dürfen sich gegenseitig in den Wohngruppen besuchen. Allerdings sind die Besuche auf 2 Kinder/Jugendliche zu beschränken. Ausnahmen sind bei der Gesamtleitung zu beantragen.

Wäsche

Die Wäsche kann in die Lingerie gebracht werden (durch Mitarbeitende). Die Wäsche ist in den dafür vorgesehenen Säcken in die Lingerie zu bringen.

Bei der Nutzung der Waschmaschinen in den Gruppen ist darauf zu achten, dass diese regelmässig gereinigt und mit 60 C Wäsche beladen werden.

Rückkehr Wochenenden und Ferien

Bei der Rückkehr aus den Wochenenden und Ferien in das Schulinternat Heimgarten werden die Kinder und Jugendlichen durch die Mitarbeitenden der Wohngruppen persönlich in Empfang genommen. Die Temperatur wird gemessen und das Risiko einer Infektion (nichteinhalten der Schutzmassnahmen in der Öffentlichkeit) eingeschätzt.

Bei Unsicherheit oder erhöhter Temperatur, wird das weitere Vorgehen mit den Eltern geklärt. Im Heimgarten begeben sie sich in Quarantäne bis das Resultat eines vorzunehmenden Tests vorliegt.

Die Eltern wurden schriftlich über das Vergehen informiert. Ist ein Kind krank, besteht in Absprache mit den platzierungsverantwortlichen Stellen die Möglichkeit, dass es bis zur Genesung zu Hause bei den Eltern bleibt oder im Schulinternat Heimgarten gepflegt wird. Bei eindeutigem Fieber wird sofort ein Test initiiert und eine Isolation eingeleitet. Ein oder mehrere Standortwechsel während einer Isolation oder einer Quarantäne ist nicht vorgesehen. Eine Rückkehr ind en Alltag ist 48 Stunden nach Abklingen der Symptome möglich.

Während einer Quarantäne oder einer Isolation sind die dafür erlassenen Massnahmen zu berücksichtigen.

Betrieb Schule

Einrichtung in den Klassen

Die Klassen sind so einzurichten, dass zwischen den verschiedenen Arbeitsplätzen eine Distanz von mind. 1.5 Metern gewährleistet werden kann.

Schüler und Schülerinnen sowie Mitarbeitende tragen beim Betreten des Schulhauses eine Maske. Diese kann am jeweiligen Arbeitsplatz abgezogen werden, sofern die Distanz von 1.5 Metern eingehalten werden kann und solange sich die Person am Arbeitsplatz befindet. Diese Regelung gilt für Schüler und Schülerinnen ab der 5. Klasse.

Lehrpersonen können für ihren persönlichen Schutz weitere Schutzmaterialien beantragen (Spuckschutz, etc.)

Pausen

Die Pausen finden ausserhalb des Schulhauses auf dem Pausenplatz statt. Es wird darauf geachtet, dass Distanzen wo möglich eingehalten werden.

Die Klassenzimmer sind regelmässig ca. alle 45 Min. ausgiebig zu lüften. Dafür werden entsprechende Pausen eingeplant.

Sportunterricht

Der Sportunterricht findet weiterhin statt. Auf Sportarten mit häufigem Körperkontakt wird verzichtet.

Verweigerung der Schutzmassnahmen

Kinder und Jugendliche, welche die hier festgehaltenen Schutzmassnahmen verweigern, können vom Unterricht suspendiert werden. Im Falle einer Infektion in der Klasse werden sie zu einem Test angemeldet und gehen im Minimum bis zum Eintreffen des Resultats in Quarantäne.

Bezug Schutzmaterialien

Schutzmaterialien (Masken, Seife, Desinfektionsmittel, Spuckschutz und Reinigungsmittel), können bei der Leitung Innere Dienste bestellt und bezogen werden.

Es werden nur Schutzmaterialien verteilt, dessen Wirkung auch nachgewiesen ist und durch das BAG empfohlen wird.

Infrastruktur

Küche

Die Küche darf nur durch Küchenpersonal betreten. Ausnahme bildet die Essensausgabe im vorderen Bereich.

Sekretariat

Das Sekretariat darf ausser den Mitarbeitenden des Sekretariats nur durch eine Person zur gleichen Zeit betreten werden.

Reinigung

Viel benutzte Oberflächen sind mehrmals täglich (mind. 3 Mal am Tag) zu desinfizieren.

Toiletten und Nasszellen sind nach Gebrauch zu reinigen, zu desinfizieren und zu lüften.

Sämtliche Räumlichkeiten werden mehrmals täglich gelüftet, mindestens jedoch nach Benutzung (öffentliche Räumlichkeiten). Bei längerem, ununterbrochenem Gebrauch sind die Räume alle 30 Minuten zu lüften.

Visualisierung Hygiene- und Distanzregelungen

Die bestehenden Massnahmen im Schulinternat Heimgarten sowie die Verhaltensregeln des BAG werden in sämtlichen Häusern für alle sichtbar aufgehängt.

Beim Eingang jedes Hauses werden am Boden 2 Meter gut sichtbar mit einer Linie (Klebband) dargestellt.

Pädagogische Prozesse

Anfragen

Der Anfrageprozess wird entsprechend der Konzeption durchgeführt. Wo möglich finden absprachen virtuell oder telefonisch statt. Das Erstgespräch und das Schnuppern wird vor Ort durchgeführt. Dabei sind Besuche in der Schule und in den Wohngruppen möglich. Direkte Begegnungen mit Kindern und Jugendlichen und Aufenthalte in den Räumlichkeiten werden möglichst kurzgehalten.

Schnuppereinsätze werden wie bis anhin durchgeführt. Sowohl Kinder und Jugendliche als auch deren Eltern werden über die geltenden Massnahmen und die aktuelle Lage im Schulinternat Heimgarten informiert. Eltern werden darum gebeten, ihr Kind vor einem Schnuppereinsatz, mittels Selbsttest zu testen.

Eintritte

Eintritte sind auch weiterhin möglich. Eltern werden vor Eintritt ihres Kindes darum gebeten, ihr Kind mittels Selbsttest zu testen.

Berufsintegration

Sowohl Schnupperlehren als auch externe Arbeitstrainings werden in enger Absprache mit den Anbietenden weiterhin umgesetzt. Es gelten dafür die Schutzkonzepte der Anbietenden. Das Schulinternat Heimgarten klärt ab ob solche bestehen und weist auf die Umstände und die Risiken in Zusammenhang mit einer Corona-Infektion hin.

Personentransporte

Personentransporte an den Bahnhof Bülach und zurück werden auch während der Pandemie angeboten. Für den Transport mehrerer Personen sind die Busse einzusetzen. In den Fahrzeugen (auch wenn der Personentransport von Kindern und Jugendlichen im privaten Fahrzeug vorgenommen wird) gilt eine Maskentragpflicht. Die Fahrzeuge des Schulinternats Heimgarten sind mit Masken ausgerüstet.

Für Transporte zum Arzt oder zum Testen sind FFP 2 Masken und eine Schutzbrille zu verwenden. Diese werden durch die Leitung innere Dienste abgegeben. Das Fahrzeug ist nach der Fahrt zu lüften und Oberflächen wie Griffe etc. zu desinfizieren.

Für Personentransporte gelten die Regeln des öffentlichen Verkehrs (auch bei Personentransporten von Kindern und Jugendlichen im Privatfahrzeug).

Anlässe und Besprechungen

Anlässe

Auf die Durchführung von Anlässen wird bis auf weiteres verzichtet.

Lager

Lager können unter strenger Einhaltung der Massnahmen durchgeführt werden. Das Lagerteam erstellt ein Kurzkonzept, in welchem aufgezeigt wird, wie den Corona-Regelungen Rechnung getragen werden kann. Vor der Durchführung eines Lagers wird die aktuelle Lage erörtert und entsprechende Massnahmen beschlossen.

Ausflüge

Ausflüge in die Natur sind weiterhin möglich. Auf weitere Ausflüge wird nach Möglichkeit verzichtet.

Sitzungen

Sämtliche Besprechungen, Sitzungen und Absprachen mit mehr als drei Personen sind Online zu führen.

Standortbesprechungen

Standortbesprechungen werden Online durchgeführt. Ausnahmen sind bei der Gesamtleitung zu beantragen.

Testungen

Das Schulinternat Heimgarten führt einmal die Woche sogenannte Pooltests durch. Dabei werden sämtliche Personen, welche sich vor Ort befinden getestet.

Bei Verdacht werden Mitarbeitende und Schüler dazu angehalten sich testen zu lassen.

Im Falle eines positiven Pools oder einer Infektion wird in einem ersten Schritt die gesamte Gruppe (inklusive Mitarbeitende, welche sich innerhalb der letzten 48 Stunden im Dienst befunden haben) individuell getestet. Gibt es Hinweise auf mehrere Infektionen haben sich alle Personen im Schulinternat Heimgarten einem Test zu unterziehen.

Im Falle einer Erkrankung

Vorgehen bei Tests

Bei Anzeichen einer Grippe oder COVID-Erkrankung oder bei einem Kontakt mit einer erkrankten Person und einem Nichteinhalten der Schutzmassnahmen, nehmen Mitarbeitende schnellstmöglich **telefonisch Kontakt zu ihrer direkt vorgesetzten Person** auf und klären mit ihr das weitere Vorgehen.

- Unabhängig davon, ob es sich um Kinder, Jugendliche oder Mitarbeitende handelt, lässt sich die Person bei der nächsten Gelegenheit testen. Bei Kindern und Jugendlichen sind die Eltern über diesen Schritt zu informieren.
- Bis zum Eintreffen des Testresultates bleibt die getestete Person in Quarantäne.
- Die beim Test erhaltenen Anweisungen werden befolgt. Darin ist auch festgehalten unter welchen Umständen die Arbeit oder der Unterricht wieder aufgenommen werden kann.

Begleitung zum Test

(Siehe auch Personentransporte). Alternativ (und idealerweise) können Tests vor Ort durch die SOS Ärzte durchgeführt werden (die Nummer wird im Kapitel 'Wichtige Kontakte' angegeben).

Vorgehen bei einer Erkrankung

Fällt ein Test positiv aus, begibt sich die Person in Isolation (Siehe auch Merkblatt Isolation des BAG). Bei Wird der Kontakt zum zuständigen Contact Tracing aufgenommen. Deren Anweisungen sind strikte zu befolgen.

Isolation im Schulinternat Heimgarten

- Das Kind / der Jugendliche, darf das Zimmer während der Isolation nur für die Benutzung der Toilette verlassen.
- Das Zimmer darf nur mit der entsprechenden Schutzausrüstung und nach einem ausgiebigen Lüften, durch die sich im Zimmer befindende Person betreten werden.
- Die Mahlzeiten werden vor dem Zimmer deponiert und durch ein Klopfen an der Zimmertüre darauf hingewiesen, dass es bereitsteht. Die Mahlzeiten werden auf Einweggeschirr serviert, welches nach dem Essen fachgerecht entsorgt wird.

- Der isolierten Person werden Möglichkeiten zur Verfügung gestellt, welche es ihr erlaubt die Zeit in Isolation, so kurzweilig wie möglich zu gestalten. Ebenfalls werden ihre schulischen Aufgaben zur Verfügung gestellt.
- Für Personen in Isolation sind separate Nasszellen zu reservieren.

Vorgehen im Falle einer Quarantäne

Die Quarantäne kommt dann zu tragen, wenn eine Person Kontakt zu einer erkrankten Person hatte und dabei die entsprechenden Schutzmassnahmen nicht eingehalten wurden. Grundsätzlich gelten dieselben Voraussetzungen wie dies bei der Isolation gilt. Die Quarantäne wird durch das Kontakt Tracing Team angeordnet.

Mitarbeitende

Müssen Mitarbeitende in eine angeordnete Quarantäne gehen, fordern sie dafür einen schriftlichen Beleg durch das Contact- Tracing Team ein und leiten diese an das Sekretariat weiter.

Wichtige Kontakte

Anrufe oder andere Kontaktaufnahmen im Namen des Schulinternats Heimgarten dürfen in Absprache mit einem Mitglied des Leitungsteams geschehen.

Medizinische Beratung

Ärztephon 0800 33 66 55 (24h/365t)

Fragen rund um die Pandemie

Coronavirus-Hotline Kt. Zürich 0800 044 117 (Mo – Fr, 08.00 -18:00 Uhr)

E-Mail gdstab@gd.zh.ch

Contact-Tracing Hotline

Contact-Tracing Kt. Zürich 044 543 67 67 (24h/365t)

Sars-CoV19 Testanbieter

Spital Bülach 044 863 22 28 (Montag bis Freitag 08:00 – 17:00 Uhr)

<https://www.spitalbuelach.ch>

Medizinische Notfälle / Testungen vor Ort

SOS-Ärzte Turicum AG

Kontakt 044 360 44 10

Notfall 044 360 44 44

Hausarzt

Dr. This Moser 044 860 52 62

E-Mail info@kinderarztpraxis-buelach.ch

Allgemeine Informationen

Übertragungswege

Derzeit bekannte Hauptübertragungswege des neuen Coronavirus

- **Bei engem und längerem Kontakt:** Wenn man zu einer erkrankten Person länger als 15 Minuten weniger als 2 Meter Abstand hält.
- **Durch Tröpfchen:** Niest oder hustet die erkrankte Person, können die Viren direkt auf die Schleimhäute von Nase, Mund oder Augen anderer Menschen gelangen.
- **Über die Hände:** Ansteckende Tröpfchen aus Husten, Niesen oder von kontaminierten Oberflächen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen in Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt.

Daher basieren die Präventivmassnahmen auf den Grundsätzen der Hygiene, dem Abstand halten und der Isolation von Erkrankten.

Krankheitssymptome

Die häufigsten Symptome sind:

- Symptome einer akuten Atemwegserkrankung (Halsschmerzen, Husten (meist trocken), Kurzatmigkeit, Brustschmerzen)
- Fieber
- Plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns

Zudem sind folgende Symptome möglich:

- Kopfschmerzen
- Allgemeine Schwäche, Unwohlsein
- Muskelschmerzen
- Schnupfen
- Magen-Darm-Symptome
- Hautausschläge

Die Krankheitssymptome sind unterschiedlich stark, sie können auch leicht sein. Ebenfalls möglich sind Komplikationen wie eine Lungenentzündung.

Es wird empfohlen den Kontakt zur Ärztin, zum Arzt aufzunehmen, falls Symptome auftreten die einen Beunruhigen. Ebenfalls kann der **Coronavirus-Check** unter dem Link: <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> gemacht werden. Am Ende des Checks erhält man Handlungsempfehlungen, diese sind anschliessend mit dem Arzt zu besprechen. Der Test ist nicht mit einer ärztlichen Diagnose gleichzustellen.

Empfehlungen nach Kontakt mit einer Angesteckten Person

Nach einem Kontakt mit einer positiv getesteten Person, besteht die Gefahr, dass man selbst in den folgenden Tagen ansteckend wird. In diesem Fall empfiehlt das BAG:

- die **Hygiene- und Verhaltensregelungen** strikt einzuhalten
- unnötige **Kontakte** mit anderen Personen zu vermeiden
- den eigenen **Gesundheitszustand** zu beobachten
- es kann weitergearbeitet werden, wenn möglich im Home-Office

Nur Personen, mit denen die erkrankte Person im engeren Kontakt gestanden ist (z.B. Personen aus dem gleichen Haushalt) müssen in Quarantäne. Personen, die in Quarantäne gehen müssen, werden durch die zuständige kantonale Stelle kontaktiert und über das weitere Vorgehen informiert.

Die aktuellen Anweisungen zur **Isolation** und zur **Quarantäne**, sind unter: *S:\Heimgarten\INFO Heimgarten\00 CoronaMerkblätter* abgelegt.

Besonders Gefährdete Personen

Personen, die einem erhöhten Risiko ausgesetzt sind, dass eine Erkrankung mit Covid 19 schwer verläuft sind:

- Personen ab 65 Jahren
- Schwangere Frauen

sowie Personen mit Vorerkrankungen wie:

- Bluthochdruck
- Chronische Atemwegserkrankungen
- Diabetes
- Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen
- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Krebs
- Adipositas Grad III (morbid, BMI > 40kg/m²)

Weitere Informationen

- Plakat BAG
- Vorgehen bei Erkältungssymptomen
- Vorgehen Contact Tracing BAG
- Vorgehen Isolation
- Vorgehen Quarantäne